

---

## Altri motivi di interesse

---

### Azzorre

---

#### Ilha Terceira

**Furna Dágua**

Indirizzo: Cabrito - Posto Santo Ilha Terceira

**Gruta do Natal**

Indirizzo: Picos Gordos Reserva Florestal Natural da Serra de Santa Bárbara - Ilha Terceira

**Monumento Natural Regional do Algar do Carvão**

Indirizzo: Ilha Terceira

#### Ilha da Graciosa

**Furna do Enxofre**

Indirizzo: Ilha Graciosa

#### Ilha do Pico

**Monumento Natural Regional da Gruta das Torres**

Indirizzo: Criação Velha Madalena - Ilha do Pico

---

## Centro de Portugal

---

### Fátima

**Grutas da Moeda**

Indirizzo: Largo das Grutas da Moeda 2495-028 SÃO MAMEDE (Fátima)

---

## Aree Protette

---

### Alentejo

---

#### Barrancos

**Parque de Natureza de Noudar****Website:** <http://www.parquenoudar.com>**Contatti**

Apartado 5 - 7230-909 Barrancos

Tel: +351 285 950 000 Fax: +351 285 950 001

E-mail: [pnoudar@edia.pt](mailto:pnoudar@edia.pt)**Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Visite Guidate;

Situato a Barrancos, in prossimità della frontiera con la Spagna, il "Parque de Natureza de Noudar" (Parco di Natura di Noudar) è un'area protetta in cui le attività agricole e forestali si svolgono nel profondo rispetto degli ecosistemi (...)

#### Castro Verde

**Centro de Educação Ambiental de Vale Gonçalves****E-mail:** [lpn.cea-castroverde@lpn.pt](mailto:lpn.cea-castroverde@lpn.pt) **Website:**<http://www.lpn.pt>**Contatti**

Herdade do Vale Gonçalves - Apartado 84

7780 Castro Verde

Tel.: +351 286 328 309 / 968 523 648 - Fax: +351 286 328 309

**Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Visite Guidate;

Il "Centro di Educazione Ambientale di Vale Gonçalves" (Centro de Educação Ambiental do Vale Gonçalves) è un punto di partenza obbligatorio per una visita nell'area di protezione ornitologica speciale di Castro Verde; qui potrete (...)

#### Mértola

**Parque Natural do Vale do Guadiana****Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/13>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/13>**Contatti**

Sede: Rua Dr. Afonso Costa, 40-1º dtº - 7750-352 MÉRTOLA

Tel.: +351 286 611 084 - Fax: +351 286 611 085

E-mail: [pnavg@icnf.pt](mailto:pnavg@icnf.pt)**Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 69.773 ha.; Altezza: Máx - 370; min - 9m; Disponibilità alloggio;

Situato nella valle del fiume Guadiana, che scorre ora tra strette sponde dove si stagliano i secolari mulini a marea, ora incastonato tra scoscese scarpate ricoperte dalla macchia mediterranea, l'area del Parco Naturale include cittadine dal (...)

## Odemira

### Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/12>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/12>

#### Contatti

Sede: Rua Serpa Pinto, 32 - 7630-174 ODEMIRA  
Tel.: +351 283 322 735 - Fax: +351 283 322 830  
E-mail: [pnsacv@icnf.pt](mailto:pnsacv@icnf.pt) Delegazioni:- Rua João Dias Mendes, 46-A - 8670-086 ALJEZUR  
Tel.: +351 282 998 673 - Fax: +351 282 998 531- Colectiva C4 Stº. André - Apartado 98 - 7500-999 VILA NOVA DE SANTO ANDRÉ  
Tel.: +351 269 708 400 - Fax: +351 269 752 145

#### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 75.000 ha.; Altezza: Máx - 156m; min - 0m; Profundidade máx - 50m;

Il "Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina", che si estende per oltre 100 km di costa, da Porto Covo, in Alentejo, a Burgau, in Algarve, è il tratto di litorale europeo maggiormente preservato, con diverse specie di fauna e di (...)

## Portalegre

### Parque Natural da Serra de São Mamede

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/9>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/9>

#### Contatti

Sede: Rua General Conde Jorge de Avilez, 22-1º - 7300-185 PORTALEGRE  
Tel.: +351 245 203 631/ 245 207 215 - Fax: +351 245 207 501  
E-mail: [pnssm@icnf.pt](mailto:pnssm@icnf.pt) Delegazioni:- Largo de Santa Maria - 7330 MARVÃO  
Tel.: +351 245 993 886 - Fax: +351 245 909 131- Largo Serpa Pinto - 7340 ARRONCHES Tel.: +351 245 580 085  
- Rua de Santo Amaro, 25 - 7320 CASTELO DE VIDE Tel.: +351 245 905 299

#### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 29.694 ha.; Altezza: Máx - 1.025m; min - 350m; Disponibilità alloggio;

Nella Serra de São Mamede ci si ritrova in un Alentejo del tutto inaspettato - alto e non pianeggiante, lussureggiante invece che arido - dove potrete scoprire le tracce del passaggio dell'uomo nelle diverse epoche storiche. La parte più alta, a (...)

---

## Rio Maior

### Parque Natural das Serras de Aire e Candeeiros

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/8>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/8>

#### Contatti

Sede: Rua Dr. Augusto César Silva Ferreira - Apartado 190  
2040-215 RIO MAIOR  
Tel.: +351 243 999 480 - Fax: +351 243 999 488  
E-mail: [pnsac@icnf.pt](mailto:pnsac@icnf.pt)

#### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 39.900 ha.; Altezza: Máx: 678m;

La maggiore ricchezza del "Parque Natural das Serras de Aire e Candeeiros" è nascosta al suo interno. Questo massiccio calcareo è infatti un paradiso per gli amanti della speleologia, i quali potranno scoprire nelle sue profondità grotte e (...)

---

## Algarve

### Olhão

#### Parque Natural da Ria Formosa

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/14>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/14>

#### Contatti

Sede:  
Centro de Educação Ambiental de Marim - Quelfes  
8700-225 OLHÃO  
Tel.: +351 289 704 134 /5 - Fax: +351 289 704 165  
E-mail: [pnr@icnf.pt](mailto:pnr@icnf.pt)

#### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 17.664 ha.; Altezza: Máx - 26m;  
min - 0m; Disponibilità alloggio;

Zona umida di rilevanza internazionale, la Ria Formosa è un labirinto di canali, isole, lagune e banchi di sabbia che si estende per 60 km lungo il litorale dell'Algarve, tra le spiagge di Garrão e di Manta Rota.

La varietà degli ecosistemi (...)

---

## Vila Real de Santo António

### Reserva Natural do Sapal de Castro Marim e Vila Real de Santo António

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/23>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/23>

#### Contatti

Sede: Sapal de Venta Moinhos - Apartado 7 - 8950-999 CASTRO MARIM  
Tel.: +351 281 510 680 - Fax: +351 281 531 257  
E-mail: [rnsbcm@icnf.pt](mailto:rnsbcm@icnf.pt)

#### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 2.089 ha.; Altezza: Máx - 50m;  
min - 0m; Disponibilità alloggio;

Dopo avere percorso quasi 850 km dalla sorgente, in Spagna, e

poco prima di sfociare in prossimità di Vila Real de Santo António, il fiume Guadiana si inoltra in pianura, ramificandosi in bracci e canali, habitat di un gran numero di specie (...)

---

## Azzorre

---

### Ilha de São Miguel

#### Centro Ambiental do Priolo

##### Contatti

Apartado 14 - 9630 Vila de Nordeste  
São Miguel - AçoresTelm. + 351 918 536 123  
E-mail: [centropriolo@spea.pt](mailto:centropriolo@spea.pt)

##### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Visite Guidate;

Situato nel "Parque Florestal da Cancela do Cinzeiro", all'interno dell'Area di Protezione Speciale di Pico da Vara/Ribeira do Guilherme, il Centro Ambientale del Ciuffolotto delle Azzorre (Centro Ambiental do Priolo) ha come obiettivo la (...)

---

## Centro de Portugal

---

### Arganil

#### Paisagem Protegida da Serra do Açor

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/24>;<http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/24>

##### Contatti

Sede: Casa Grande, Mata da Margaraça - 3305-031 BENFEITA (ARGANIL)  
Tel.: +351 235 741 329 - Fax: +351 235 741 379  
E-mail: [ppsa@icnf.pt](mailto:ppsa@icnf.pt)

##### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 346 ha.; Altezza: Máx - 1.012m; min - 400m; Disponibilità alloggio;

Situata nelle vicinanze di Arganil, l'Area Paesaggistica Protetta della Serra do Açor comprende una zona di grande valore naturale che fa parte della rete europea di riserve biogenetiche, la Mata da Margaraça. La lussureggiante vegetazione di (...)

### Aveiro

### **Reserva Natural das Dunas de São Jacinto**

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/15>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/15>

#### **Contatti**

Sede: Estrada Nacional, 327 - 3800-901 SÃO JACINTO (AVEIRO)  
Tel. / Fax: +351 234 831 063  
E-mail: rndsj@icnf.pt

#### **Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 666 ha; Altezza: Máx - 17m; min - 2m; Disponibilità alloggio;

Venite a visitare questo particolare paesaggio a metà strada tra il mare e la terra, fatto di spiagge, lagune, acque dolci e salmastre, dove vivono specie naturali di gran valore, e conservatelo per sempre nella vostra memoria. In un passato non (...)

## **Castelo Branco**

### **Geopark Naturtejo da Meseta Meridional**

**Website:** <http://www.naturtejo.com>

#### **Contatti**

Rua Conselheiro Albuquerque, nº 4-Cave C  
6000-161 Castelo Branco  
Tel.: +351 272 320 176 Call Center: 707 200 065 (custo chamada local) Fax: +351 272 320 137  
E-mail: geral@naturtejo.com

#### **Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 4.625 Km<sup>2</sup>; Altezza: 40 m<sup>2</sup> - 1.227 m<sup>2</sup>; Disponibilità alloggio; Visite Guidate;

#### **Accesso:**

Autobus; Stazioni ferroviarie;

Visitate il primo geoparco portoghese riconosciuto dall'UNESCO. Il Geopark Naturtejo, eccellente esempio di Turismo della natura nel Centro de Portugal, v'invita a scoprire 16 geositi e un territorio caratterizzato da un notevole patrimonio (...)

## **Coimbra**

### **Reserva Natural do Paul de Arzila**

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/17>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/17>

#### **Contatti**

Sede: Rua do Bairro, 1, Arzila - 3040-604 COIMBRA  
Tel.: +351 239 980 500 - Fax: +351 239 980 502  
E-mail: rnpa@icnf.pt

#### **Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 535 ha; Altezza: Máx - 88m; min - 6m;

La "Reserva Natural do Paul de Arzila" è stata creata per proteggere una zona acquitrinosa di rilevanza internazionale situata nella Ribeira de Cernache, vicino al fiume Mondego. L'area delimitata dalla riserva, che comprende parte del (...)

### **Parque Natural do Tejo Internacional**

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/7>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/7>

#### **Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 27.968 ha.; Altezza: Máx - 383 m; min - 120 m;

Il Tago è il fiume più grande del Portogallo. Nasce in Spagna e, prima di entrare in territorio portoghese, percorre un lungo tragitto; lungo la frontiera tra i due paesi, in un'area che si estende per ben 50 km, è stata creato un Parco (...)

## Manteigas

### Parque Natural da Serra da Estrela

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/6>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/6>

#### Contatti

Sede: Rua 1º de Maio, 2 - 6260-101 MANTEIGAS  
Tel.: +351 275 980 060/1 - Fax: +351 275 980 069  
E-mail: pnse@icnf.pt Delegazioni:- Praça da República, 27 - 6270 SEIA  
Tel.: +351 238 310 440 - Fax: +351 238 310 441- Casa da Torre - Rua dos Bombeiros Voluntários, 8 - 6290 GOUVEIA  
Tel.: +351 238 492 411 - Fax: +351 238 494 183- Rua D. Sancho I, nº 3 - 6300 GUARDA  
Tel: +351 271 225 454

#### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 101.060 ha.; Altezza: Máx - 1.993m; min - 300m; Disponibilità alloggio;

Il "Parque Natural da Serra da Estrela" è l'area protetta portoghese di maggiore estensione ed è situato nella zona montuosa centrale, su un altipiano di notevole altezza rivolto a nord-est, profondamente segnato dalle vallate dei fiumi e dei (...)

## Penamacor

### Reserva Natural da Serra da Malcata

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/16>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/16>

#### Contatti

Sede: Rua dos Bombeiros Voluntários, Apartado 38 - 6090-587 PENAMACOR  
Tel.: +351 277 394 467 - Fax: +351 277 394 580  
E-mail: rnsn@icnf.pt Delegazione: Centro de Educação Ambiental da Senhora da Graça  
Bairro Srª. da Graça - Aldeia de Santo António - 6320 SABUGAL  
Tel. / Fax: +351 271 752 825

#### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 16.347 ha; Altezza: Máx - 1.078m; min - 425m; Disponibilità alloggio;

Il motivo principale della creazione della "Reserva Natural da Serra da Malcata" è la preservazione della lince iberica e del suo habitat. Questo felino, in pericolo di estinzione, è una specie endemica della Penisola Iberica. Le sue (...)

## Peniche

## Reserva Natural das Berlengas

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/18>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/18>

### Contatti

Sede: Av<sup>a</sup>. Mariano Calado, 55 - 2520-224 PENICHE  
Tel.: +351 262 787 910 - Fax: +351 262 787 930  
E-mail: rnb@icnf.pt Delegazione: Ilha da Berlenga - Casa Varella-Cid  
Tel: +351 262 750 405

### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 9.560 ha.; Altezza: Máx - 94m; min - 0m; Profundidade máx: 555m; Disponibilità alloggio;

Di fronte a Peniche, a circa 10 km, l'arcipelago delle Berlengas è un avamposto della Natura a uno stato ancora quasi selvaggio. Costituito da tre gruppi di isolotti " Estelas, Farilhões e l'isola di Berlenga " conserva una vegetazione locale (...)

## Torres Novas

### Reserva Natural do Paul do Boquilobo

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/19>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/19>

### Contatti

Sede: Quinta do Paul, Apartado 27, Brogueira - 2350-334 TORRES NOVAS  
Tel.: +351 249 820 550 - Fax: +351 249 820 378  
E-mail: rnpb@icnf.pt

### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 530 ha.; Altezza: Máx - 22m; min - 16m;

Situato a circa 6 km da Golegã, Paul do Boquilobo (la palude di Boquilobo) è una pianura alluvionale costituita di pantani e zone umide, dove la vita dipende dalla portata dei fiumi Tago e Almonda, che la circondano.

Il paesaggio è (...)

## Lisboa Regione

## Alcochete

### Reserva Natural do Estuário do Tejo

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/20>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/20>

### Contatti

Sede: Av<sup>a</sup>. dos Combatentes da Grande Guerra, 1 - 2890-015 Alcochete  
Tel.: +351 21 234 17 42 - Fax: +351 21 234 16 54  
E-mail: rnet@icnf.pt

### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 14.192 ha; Altezza: Máx - 11m; Profundidade máx - 10m; Visite Guidate;

Dalla sorgente, in Spagna, nella Serra de Albarracín, alla foce, in prossimità di Lisbona, il Tago percorre 1.100 km ed è il fiume più lungo ad attraversare il Portogallo.



Il suo estuario, situato di fronte alla zona orientale di Lisbona, è di (...)

## Costa de Caparica

### **Paisagem Protegida da Arriba Fóssil da Costa de Caparica**

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/25>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/25>

#### **Contatti**

Sede: Estrada Florestal da Costa de Caparica - Praia da Rainha  
2825-412 COSTA DE CAPARICA

Tel.: +351 21 291 82 70/6 - Fax: +351 21 291 82 79

E-mail: [ppafcc@icnf.pt](mailto:ppafcc@icnf.pt)

#### **Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 1.594 ha.; Altezza: Máx - 111m; min - 0m;

L' "Arriba Fóssil" (falesia fossile) è costituita da una successione di strati rocciosi sedimentari tra i più importanti in Europa Occidentale, la cui origine risale al periodo Pliocenico, ovvero a quasi 10 milioni di anni fa. A quell'epoca (...)

## Setúbal

### **Parque Natural da Arrábida**

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/11>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/11>

#### **Contatti**

Sede: Praça da República - 2900-587 SETÚBAL

Tel.: +351 265 541 140 - Fax: +351 265 541 155

E-mail: [pnarr@icnf.pt](mailto:pnarr@icnf.pt)

Delegazione: Museu Oceanográfico - Fortaleza de St<sup>a</sup>. Maria da Arrábida - Portinho da Arrábida

Tel.: +351 212 189 791

#### **Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 10 821 ha.; Altezza: Máx - 499m; min - 0m (até 100m profundidade mar); Visite Guidate;

Situato vicino al mare, tra Setúbal e Sesimbra, cittadina dedicata alla pesca, il "Parque Natural da Arrábida" - in cui l'azzurro del mare si alterna con le tonalità sbiancate delle falesie di calcare e con il verde del denso manto vegetale (...)

## Sintra

### **Reserva Natural do Estuário do Sado**

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/21>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/21>

#### **Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 23.160 ha.; Altezza: Máx - 36m; min - 0m; Disponibilità alloggio;

Il fiume Sado nasce sulla Serra da Vigia, nelle vicinanze di Beja, e percorre le pianure dell'Alentejo per 180 km in direzione nord, sfociando in prossimità di Setúbal. Il suo estuario si forma vicino ad Alcácer do Sal, zona umida (...)

### **Parque Natural de Sintra-Cascais**

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/10>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/10>

#### **Contatti**

Sede: Rua Gago Coutinho, 1 - 2710-566 SINTRA  
Tel.: +351 21 924 72 00 - Fax: +351 21 924 72 27  
E-mail: [pnsnc@icnf.pt](mailto:pnsnc@icnf.pt)

#### **Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 14.583 ha; Altezza: Máx: 528 m; min: 0 m;

Nel punto più occidentale del continente europeo, che gli antichi ritenevano essere il luogo "in cui la terra finisce e comincia il mare", Cabo da Roca è uno dei luoghi più spettacolari del "Parque Natural de Sintra-Cascais", con falesie (...)

## **Porto e il Nord**

### **Arouca**

#### **Geoparque de Arouca**

**E-mail:** [turismo@aroucageopark.pt](mailto:turismo@aroucageopark.pt) **Website:** <http://aroucageopark.pt>

#### **Contatti**

AGA - Associação Geoparque Arouca  
Rua Alfredo Vaz Pinto - 4540-118 Arouca  
Tel.: +351 256 940 254  
E-mail: [geral@geoparquearouca.com](mailto:geral@geoparquearouca.com)

#### **Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 328 km<sup>2</sup>; Visite Guidate;

Il Geoparco di Arouca, che comprende tutta l'area del distretto da cui riceve il nome, 328 km<sup>2</sup>, è stato classificato nel 2009 dalla Rete Europea di Geoparchi sotto gli auspici dell'UNESCO: un riconoscimento del valore del suo patrimonio geologico. (...)

### **Braga**

#### **Parque Nacional da Peneda-Gerês**

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/1>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/1>

#### **Contatti**

Sede: Av. António Macedo - 4704-538 BRAGA  
Tel.: +351 253 203 480 - Fax: +351 253 613 169  
E-mail: [pnpng@icnf.pt](mailto:pnpng@icnf.pt) Centro Prenotazioni: Largo da Misericórdia, 10 - 4980-613 PONTE DA BARCA  
Tel.: +351 258 452 250 - Fax: +351 258 452 450  
E-mail: [geral@adere-pg.pt](mailto:geral@adere-pg.pt); [reservas@adere-pg.pt](mailto:reservas@adere-pg.pt)

#### **Altre informazioni:**

##### **PAN Park**

Il Parque Nacional da Peneda Gerês è oggi un PAN Park. La certificazione è stata attribuita a soli 11 parchi europei di dimensioni non inferiori a 20.000 ettari, in cui la zona esente da intervento umano (la cosiddetta "wilderness area") si estenda per almeno 10.000 ettari, dove fauna e flora possono svilupparsi liberamente.

I parchi certificati devono promuovere una strategia di turismo sostenibile, attraverso l'applicazione di mezzi di tutela della

natura e della biodiversità, di una politica di gestione dei visitatori e della certificazione degli operatori turistici.

**Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 70.290 ha; Altezza: Máx: 1.545m; min - 140m; Disponibilità alloggio; Visite Guidate;

All'estremità nord-orientale del Portogallo, tra l'Alto Minho e il Trás-os-Montes, la Serra da Peneda costituisce, insieme alla Serra do Gerês, l'unica area protetta portoghese dichiarata Parco Nazionale. È un mondo a parte, dove (...)

## Bragança

### Parque Natural de Montesinho

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/2>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/2>

**Contatti**

Sede: Bairro Rubacar - Rua Cônego Albano Falcão, Lote 5 - 5301-044 BRAGANÇA

Tel.: +351 273 300 400 - Fax: +351 273 381 179

E-mail: [pnm@icnf.pt](mailto:pnm@icnf.pt) Delegazione (Porta de Vinhais): Casa da Vila - Dentro da Vila - 5320-272 VINHAIS

Tel.: +351 273 771 416

E-mail: [pnm.vinhais@icnf.pt](mailto:pnm.vinhais@icnf.pt)

**Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 74.229 ha.; Altezza: Máx - 1.486m; min - 438m; Disponibilità alloggio;

Un po' ovunque si respira un'atmosfera rurale, ben espressa nei borghi in cui le case tradizionali dalle pareti di scisto o granito si fondono armoniosamente con il paesaggio. Talvolta neppure se ne riesce a indovinare la presenza, in una (...)

## Esposende

### Parque Natural do Litoral Norte

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/3>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/3>

**Contatti**

Sede: Rua 1º de Dezembro, 65 - 4740-226 ESPOSENDE

Tel.: +351 253 965 830/1 - Fax: +351 253 965 330

E-mail: [pnl@icnf.pt](mailto:pnl@icnf.pt)

**Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 440 ha; Altezza: Máx - 20m; min - 0m;

Tra i fiumi ed il mare, il Parco Naturale del Litorale Nord si estende per circa 18 km., tra la foce del fiume Cávado e la Apúlia, in una successione di grandi dune bianche, spruzzate qua e là da una vegetazione bassa che contribuisce alla (...)

## Macedo de Cavaleiros

### Geopark Terras de Cavaleiros

**E-mail:** geral@geoparkterrasdecavaleiros.com **Website:**

<https://www.geoparkterrasdecavaleiros.com>

#### Contatti

Sede:

Rua Eng.Moura Pegado; R/C Centro Cultural

5340-302 Macedo de Cavaleiros

Tel.: +351 278 428 101/ 917 859 608

#### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 700 km<sup>2</sup>; Visite Guidate;

Il Geopark Global Terras de Cavaleiros (GGTC) comprende tutta l'area del concelho di Macedo di Cavaleiros, per un totale di circa 700 km<sup>2</sup> nel cuore del Nordest Transmontano. In questo territorio, che integra quasi interamente la "Rede Natura (...)

### Paisagem Protegida da Albufeira do Azibo

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/33>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/33>; <http://www.azibo.org/>

#### Altre informazioni:

Attrezzature disponibili: Bar, installazioni sanitarie, attrezzature di sicurezza, accessibile a tutti, controllo della qualità dell'acqua, area pic-nic. Accessi: a partire da Macedo de Cavaleiros - IP4, le spiagge sono a meno di 1 km. Segnalate con indicazione da Albufeira e dal borgo di Santa Combinha. La EN 216 (Strada Nazionale) consente di accedere al Núcleo Central e alla sala-museo.

#### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 4897 ha; Altezza: 602 m;

Al centro del Nordeste Trasmontano, scoprite il Paesaggio Protetto dell'Albufeira do Azibo.

La diga, situata nel comune di Macedo de Cavaleiros, fu costruita all'inizio degli anni Ottanta. La grande capacità di stoccaggio dell'acqua ha (...)

## Mogadouro

### Parque Natural do Douro Internacional

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/5>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/5>

#### Contatti

Sede: Av<sup>a</sup> do Sabor, 49 - 5200-204 MOGADOURO

Tel./Fax: +351 279 341 596

E-mail: pndi@icnf.pt Delegazioni:- Centro de Formação

Profissional Agrária - Av. Dr. Francisco Sá Carneiro

6440-102 FIGUEIRA DE CASTELO RODRIGO

Tel.: +351 271 313 382 - Fax: +351 271 311 055- Cabanais do

Castelo - Largo do Castelo

5210-188 MIRANDA DO DOURO

Tel./Fax: +351 273 431 457

#### Caratteristiche e Servizi:

Itinerari segnalati; Area parco: 86.500 ha; Altezza: Máx - 895m; min - 125m; Disponibilità alloggio;

Il "Parque Natural do Douro Internacional" accoglie parte dei territori municipali di Miranda do Douro, Mogadouro, Freixo de Espada à Cinta e Figueira de Castelo Rodrigo, nel tratto frontaliero del fiume Douro (per un'estensione di circa 122 (...)

## Vila Real

**Parque Natural do Alvão**

**Website:** <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/4>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/4>

**Contatti**

Sede: Largo dos Freitas - 5000-528 VILA REAL  
Tel.: +351 259 302 830 - Fax: +351 259 302 831  
E-mail: [pnal@icnf.pt](mailto:pnal@icnf.pt) Delegazione: Lugar do Barrio - Sítio do Retiro  
- 4880-164 MONDIM DE BASTO  
Tel. / Fax: +351 255 381 209

**Caratteristiche e Servizi:**

Itinerari segnalati; Area parco: 7.239 ha; Altezza: Máx: 1.339m - min: 260m; Disponibilità alloggio;

Irregolarità geologiche che danno origine a spettacolari cascate, una grande diversità di ecosistemi naturali e un patrimonio sociale preservato fanno di un'escursione nel "Parque Natural do Alvão" un pellegrinaggio nella natura più (...)